

СВЯЩЕННИК ПАВЕЛ ГУМЕРОВ

СЕМЕЙНЫЕ КОНФЛИКТЫ

ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ

взгляд православного священника



Павел Гумеров

**Семейные конфликты.
Профилактика и лечение.
Взгляд священника**

«Издательство Сретенского Монастыря»

2016

УДК 271.2-4
ББК 86.372

Гумеров П.

Семейные конфликты. Профилактика и лечение. Взгляд священника / П. Гумеров — «Издательство Сретенского Монастыря», 2016

ISBN 978-5-7533-1171-9

О том, как научиться разрешать семейные конфликты спокойно, продуктивно и конструктивно, как преодолеть наши разногласия и прийти к семейному единству, как пережить семейные кризисы, вы прочтете на страницах этой книги. Несмотря на говорящее название, издание посвящено не только семейным конфликтам, оно содержит и правила счастливой христианской семейной жизни.

УДК 271.2-4
ББК 86.372

ISBN 978-5-7533-1171-9

© Гумеров П., 2016
© Издательство Сретенского
Монастыря, 2016

Содержание

О конфликтах в семье	5
Часть I	7
Глава 1	7
Глава 2	9
Глава 3	12
Глава 4	14
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Протоиерей Павел Гумеров

Семейные конфликты: Профилактика и лечение. Взгляд священника

О конфликтах в семье

Введение

Наша семейная жизнь, к сожалению, не всегда проходит гладко. Случается в ней всякое. Почти ни одну семью не минуют конфликты, кризисы и другие потрясения. Не бывает роз без шипов.

Тема семейных конфликтов обычно вызывает повышенный интерес у всех, кто хоть немного интересуется вопросами, касающимися семьи и брака.

Когда мне приходится выступать с лекциями и беседами и во время выступления речь заходит о семейных конфликтах, аудитория сразу оживляется, слушатели выходят из состояния дремоты и начинают задавать вопросы. Почему люди так живо интересуются этой не очень-то приятной темой? Существует две причины.

Во-первых, нашей слабой человеческой природе свойственно в большей степени проявлять любопытство не к добродетелям, а к людским немощам. А во-вторых, конфликтная ситуация, столкновение, размолвки – это то, с чем мы все сталкиваемся в нашей жизни. Кто-то чаще, кто-то реже. Все это вполне естественно. А значит, эта тема имеет непосредственное отношение к каждому из нас. И конечно, всем хочется узнать, как предупреждать конфликты в нашей семейной жизни, как разрешать конфликтные ситуации, как достичь мира и взаимопонимания в семье.

На эти вопросы я попытался в меру своих сил ответить на страницах своей книжки. Она посвящена не только конфликтам и кризисам (так сказать, шипам) семейной жизни, но и, в первую очередь, правилам ее построения и профилактике столкновений. Ведь если супруги построят свою жизнь правильно и смогут прийти к единству в браке, конфликты удастся свести к минимуму. Так что речь пойдет и о розах, о том, как обрести мир, любовь и семейное счастье.

Сказать по правде, я не очень люблю говорить и писать о семейных скандалах и ссорах. Гораздо интереснее обсудить то, как научиться избегать их.

Мое скромное сочинение является своего рода пособием по семейной конфликтологии. В первой части кратко изложены основные, базовые понятия науки о конфликтах, разбираются способы решения конфликтных ситуаций. Последующие части посвящены профилактике и урегулированию семейных конфликтов.

Скажу немного о том, как получить от чтения этой книжицы максимальную пользу. Не следует читать ее как художественную литературу (тем более что никакими литературными достоинствами она не обладает), то есть чтобы просто получить удовольствие от чтения.

Объясню, как обычно читаю подобные специальные книжки. Беру карандаш или ручку и в процессе чтения подчеркиваю в тексте все то, что меня особенно заинтересовало. Напротив подчеркнутого места на полях ставлю галочку или восклицательный знак, если мысль особенно понравилась. После прочтения книги перечитываю отмеченные места. Такой способ чтения позволяет хорошо усвоить нужную информацию и не жалеть потом о потраченных на книгу средствах: даже в не очень умной книжке обязательно есть вполне дельные и полезные мысли.

Улучшение своей семейной жизни, решение проблем взаимоотношений с близкими людьми – очень важное и нужное дело. И труд этот двоякий. Мы должны молиться Господу

о ниспослании мира и помощи в семейной жизни и, конечно, сами трудиться над созиданием мира в нашей семье и в нашей собственной душе.

Желаю помощи Божией, мудрости и терпения в преодолении семейных конфликтов!



Часть I

Немного конфликтологии



Глава 1

Ссора или конфликт?

Начало ссоры – как прорыв воды; оставь ссору прежде, нежели разгорелась она.
Притч. 17, 14

Каждый человек с детства знает: конфликтов следует избегать, ссориться нехорошо, нужно жить в мире. Помните, дети, сцепившись мизинцами, говорят друг другу: «Мирись, мирись, мирись и больше не дерись»? Человек создан Господом со стремлением к добру, миру и любви. Людей, получающих удовольствие от ссор и стремящихся к конфликтам, слава Богу, очень мало. И если человек ведет себя подобным образом, это свидетельствует либо о каких-то психических отклонениях, либо об очень больших комплексах и пережитых душевных травмах.

Существуют еще индивидуумы, очень часто попадающие в конфликтные ситуации и нередко провоцирующие их. Но они сами сильно страдают от своей некоммуникабельности, от неумения ладить с ближними. Они не сознательно идут на конфликт, а по причине своей невоспитанности, недалекости или скверного характера.

Можно ли в нашей жизни вообще обойтись без конфликтов, столкновений? Надо стремиться к этому, нужно прилагать все усилия, чтобы избежать всякого рода трений и напряженности в отношениях. Апостол Павел говорит о том, чтобы мы сохраняли мир с людьми, если это только возможно (см. Рим. 12, 18). Но тот же апостол пишет: *надлежит быть и разномыслиям между вами, дабы открылись между вами искусные* (1 Кор. 11, 19). И предупреждает коринфских христиан, чтобы их разномыслия не перешли в разделения внутри церковной общины.

Разномыслия, несовпадения точек зрения, взглядов между людьми в любой социальной группе – семье, общине, общественной организации, производственном объединении и т. д. – неизбежны, и ничего страшного в этом нет. Как говорится, сколько людей – столько и мнений. И нам от Бога даны разум, язык, умение общаться, чтобы прийти к согласию, договориться по самым разным вопросам.

Мы подошли к самому главному вопросу этой главы: что же такое конфликт и как вести себя в конфликтной ситуации? Неправильно думать, что слова «конфликт», «ссора», «скандал», «спор», «перепалка» являются синонимами. Слово **«конфликт»** имеет латинское происхождение. По-латыни «conflictus» значит «столкновение». Учебник конфликтологии для высших учебных заведений дает такое определение конфликта: «Конфликт – социальное явление, способ взаимодействия людей при столкновении их несовместимых взглядов, позиций и интересов, противоборство взаимосвязанных, но преследующих свои цели двух или более сторон. В основе любого конфликта лежит ситуация, включающая либо противоречивые позиции сторон по какому-либо поводу, либо противоположные цели или средства их достижения в данных обстоятельствах, либо несовпадение интересов, желаний оппонентов и т. п.»¹.

Постараюсь давать более-менее подробное объяснение необходимых базовых терминов со ссылкой на специальную литературу.

Итак, конфликт в первую очередь – это несовпадение взглядов, столкновение противоположных точек зрения на какую-то проблему, но это вовсе не означает, что конфликт должен стать ссорой, скандалом, бурным выяснением отношений. Можно сказать так: любая ссора – это конфликт, но далеко не всякий конфликт – ссора. И наша главная задача – учиться устранять разногласия, не доводя их до ссоры.



¹ Конфликтология: учебник / под ред. А. Я. Кибанова. – М., 2009.

Глава 2

Несовпадение взглядов: у каждого своя колокольня

Страшно выговорить, но люди видят только то, что хотят видеть, и слышат только то, что хотят слышать.

Анна Ахматова

Прежде чем перейти к теме семейных конфликтов, вкратце расскажем о том, что лежит в основе любого конфликта.

В конфликтной ситуации двое или более людей, связанных друг с другом, имеют несовпадение мнений, взглядов на одну и ту же проблему; эти взгляды сталкиваются, притом конфликтующие стороны, как правило, уверены в своей абсолютной правоте (по крайней мере, вначале).

Конфликты сопровождают человечество на всем протяжении истории его существования. Не только исторические летописи и хроники изобилуют описанием различных конфликтов. Огромное количество исследований и просто художественных произведений написано на эту тему. Существует много пословиц, поговорок, крылатых фраз, говорящих о столкновении, несовпадении мнений и взглядов: «Каждый смотрит со своей колокольни», «Своя рубашка ближе к телу», «Сколько голов – столько и умов», «Сытый голодного не разумеет», «У каждого своя правда» и т. д. Немало литературных произведений не только в своем содержании, но и в самом названии несут тему конфликта: например, «Повесть о том, как поссорился Иван Иванович с Иваном Никифоровичем» Н. В. Гоголя или всем известный роман И. С. Тургенева «Отцы и дети» (старшее поколение и молодежь имеют совершенно разные взгляды на жизнь, и это приводит к конфликту поколений).

Конфликтные ситуации сопровождают нас и в повседневной жизни. У кого-то они случаются очень редко, у кого-то часто, но так или иначе нам всем нужно быть к ним готовыми.

Вот реальный случай из жизни. Как-то, поддавшись на сладкие речи и щедрые посулы двух уроженцев солнечной Молдавии, я нанял их для возведения пристройки из бруса к дому. Цену они запросили очень даже скромную, и мы ударили по рукам. Но плохо, друзья мои, мы помним классиков. Потому что вышло все, как в известной сказке Александра Сергеевича Пушкина: «Не гонялся бы ты, поп, за дешевизной!» (К слову сказать, слово «поп» приобрело ругательный характер только в советское время, до революции так принято было называть всех священников, например: «соборный протопоп», то есть «протоиерей, служащий в соборе».) Работу свою мои работники, впрочем, выполнили и даже в обещанный срок, да оставили множество недоделок, устранять которые пришлось мне самому. Но это было далеко не самое неприятное. Молдаване, видимо, не рассчитав местных погодных условий, возведя стены пристройки, не стали закрывать крышу, а сразу принялись за пол; настелили так называемый черный пол, положили утеплитель и прибили сверху половые доски. И вот, когда они принялись за кровлю, пошел сильный дождь и, не прекращая, лил целую неделю. Усталые и злые строители все же закончили работу, но пол был безнадежно испорчен. Вода через щели затекла внутрь и промочила утеплитель. Уйти влага не могла, так как снизу был положен рубероид и черный пол. Обнаружив это, я сделал выговор молдаванам, сказал, чтобы они постелили новый утеплитель взамен испорченного. Строителей это, как мне казалось законное, требование возмутило, они сказали, что не виноваты в том, что дождь лил всю неделю и погубил их работу: это, дескать, непредвиденные обстоятельства, так сказать форс-мажор. И хотя рабочие не употребляли этого модного термина и вообще вряд ли знали его, но непреодолимость водной стихии была для них очевидна. То, что сначала нужно было накрыть крышу, а уже потом заниматься полом, видимо, не приходило им в голову. Оно и понятно: в Молдавии уже несколько

лет стоит засуха и летом почти нет дождей. Ситуация усугублялась тем, что я выплатил строителям все обещанные деньги. Но, слава Богу, все разрешилось благополучно: после долгих препирательств и уговоров молдаване наконец согласились перекрыть пол, хотя нервов и времени на преодоление этого конфликта было потрачено немало.

На примере этой истории видно, что конфликтная ситуация возникает из-за разного видения сторонами возникшей проблемы. До определенного времени оппоненты уверены в безусловной своей правоте, выражая несогласие со своим визави. Мы постоянно становимся если не участниками, то свидетелями ситуаций, основанных на непонимании сторон, на нежелании вникнуть в суть проблемы. Такие ситуации очень часто происходят на рынке, в магазине, в других сферах обслуживания. Например, многим знакомая ситуация: пассажир в маршрутке передает деньги и ждет от водителя сдачу. А водитель настолько замотался за рабочий день, крутя баранку и принимая деньги, что неверно пересчитал купюры и не только не дал пассажиру положенную сдачу, но, когда тот напомнил ему о деньгах, обвинил его в безбилетном проезде, сказав, что вообще не получал от него никаких денег. Завязывается перепалка, в ход идут выражения, которые являются непере译имой игрой слов. Налицо неправильное понимание и видение участниками конфликта ситуации в целом и позиции в частности. В данном случае для установления истины и преодоления инцидента нелишним было бы вмешательство третьей стороны, как говорится – третейского судьи. В этой роли могли бы выступить другие пассажиры маршрутного такси. Они бы засвидетельствовали, что незаслуженно обиженный пассажир передавал деньги. Справедливость была бы восстановлена. Иногда для урегулирования напряженной ситуации помощь независимой третьей стороны просто необходима, а иногда нежелательна. Все зависит от конкретной ситуации.

Несходство, несовпадение мнений, воззрений и, как следствие этого, столкновения порождаются вообще несходством людей: их жизненного опыта, характера, пола, возраста, социального положения... Как говорил А. П. Чехов: «В каждом из нас слишком много винтов, колес и клапанов, чтобы мы могли судить друг о друге по первому впечатлению или по двум-трем внешним признакам». Поэтому главная задача в споре, столкновении – постараться вникнуть в слова оппонента, встать на его позицию, попытаться понять, что он думает по данному вопросу и как он видит ситуацию. Хотя и говорят, что чужая душа – потемки, но все же слезть со своей колокольни и постараться войти в положение другого человека, немного разобраться в его психологии можно. Ведь от того, пойдем ли мы его, зависит то, каким будет разрешение конфликтной ситуации. На неравенство, непохожесть людей как причину конфликтов указывал еще Аристотель в своем трактате «Политика». Он видел источник распрей, конфликтов в неравенстве людей по обладанию имуществом и получению почестей, а также в наглости, страхе, пренебрежении, происках, несходстве характеров, чрезмерном возвышении одних и унижении других. Хотя здесь он указывает больше на социальное неравенство, чем на обычную несхожесть отдельных личностей.

Конфликт – это непонимание. Если человек чем-то на нас не похож, он нам не очень понятен. Это может вызвать столкновение и конфронтацию. Богатый плохо понимает бедного, как в известном анекдоте: «– Ты что такой худой? – Да вот уже неделю ничего не ел. – Ну надо себя заставлять». Здоровый плохо понимает больного, пока сам не заболит. Толстому кажется, что худой очень мало ест, только мучает себя; худой считает, что тучный человек страдает обжорством и подрывает свое здоровье. Очень яркий пример – это верующий и неверующий. Довольно обычная ситуация: один из супругов уверовал, ходит в церковь, молится, а другой нет. Для верующего человека храм – это второй дом, ему радостно ходить на службу, молиться, слушать церковные песнопения, все понятно и близко, выстаивать службы по два-три часа не трудно. Ему даже тяжело общаться с невоцерковленными людьми, их интересы, обсуждаемые темы кажутся скучными и приземленными. А неверующему, наоборот, непонятно, что эти «церковники» по несколько часов делают в храме, где на службе невозможно понять ни одного

слова, тесно, душно и даже присесть негде. Ведь храм, если не видеть его духовную, внутреннюю сущность, вообще здание весьма непонятное и нефункциональное. На его постройку было затрачено очень много денег, но это не жилое здание, в нем ничего не производят. Он, конечно, красив, как музей под открытым небом (так было сказано в одном советском фильме). Но в музей нельзя ходить два раза в неделю по два с лишним часа, если ты там не работаешь. А еще и посты, воздержание, чтение правила! Не жизнь, а добровольная каторга. То есть неверующий человек в упор не видит того, что очевидно для верующего, что составляет смысл и суть его жизни. Он видит только внешнюю сторону и то весьма искаженно, без внутренней составляющей. Познать этот огромный духовный мир он может только на личном опыте, открыв свое сердце Богу и стараясь изучить все то, что раньше казалось ему нелепым и смешным.

Если конфликт неверия и веры происходит в семье, как уже было сказано, между супругами, то есть самыми близкими людьми, неверующему ни в коем случае нельзя огульно отмечать и подвергать насмешкам то, что дорого и свято для его половины. Настоящая любовь – это не только сочувствие, сострадание, но и понимание. И поэтому при решении супружеских, семейных конфликтов нужно постараться понять и изучить позицию и точку зрения любимого человека. Всем известно, что женский взгляд на какую-либо проблему может сильно отличаться от мужского, но не все знают, до какой степени восприятие женщины отличается от восприятия мужчины. И хотя мужчины и женщины созданы бесконечно разными не случайно, а для взаимодействия и любви (об этом будет подробно сказано в последующих главах), разность мужского и женского пола иногда служит причиной очень сильного непонимания в браке. Задача супругов – разобраться в этом, изучить особенности друг друга, чтобы избежать столкновений и разделения.

Итак, мы выяснили, что в основе любого конфликта лежит столкновение разных мнений, позиций сторон, имеющих разные (иногда противоположные) взгляды на одну и ту же проблему. Причины этого столкновения тоже ясны: разность, непохожесть людей по очень многим параметрам, начиная от пола и кончая возрастом и социальным положением. Один восточный мудрец говорил, что кроме неравенства и несхожести людей нормальному, неконфликтному общению вредят пороки: корысть, необузданное стремление к выгоде, упрямство, лживость, краснбайство и др. Но, по большому счету, это тоже можно отнести к несхожести между людьми. Например, одна сторона из корыстной выгоды хочет обидеть другую. Создается конфликтная ситуация: один человек – обидчик, другой – невинно обиженный. Обидчик всегда имеет оправдательную версию своего поведения и часто сам свято в нее верит. Обиженная сторона верит в свою невиновность. Налицо несхожесть людей, их взглядов и столкновение мнений.

Но для того чтобы разобраться и разрешить конфликт, даже несправедливо обиженной стороне необходимо в первую очередь понять истинные мотивы оппонента, ведь мы подчас из-за обиды не можем этого сделать и тем усугубляем конфликт. Если мы поймем противника, то, даже если не найдем нужного решения в преодолении конфликта, сможем оправдать и простить его. А это уже полдела.

В психологии существует метод анализа конфликтной ситуации – принцип метазеркала. Суть его в том, что ситуация рассматривается не только от первого лица, а как бы с трех сторон. То есть с нашей собственной позиции, с позиции нашего оппонента и с позиции стороннего наблюдателя (как бы сверху). Этот способ позволяет максимально объективно разобраться в спорной, конфликтной ситуации.

Большинство людей, к сожалению, склонно оценивать положение вещей и поведение других людей только со своей позиции, считая себя мерой всех вещей. К принципу метазеркала мы будем возвращаться при рассмотрении различных ситуаций.



Глава 3

Конструктивный конфликт лучше доброй ссоры

Итак, братья мои возлюбленные, всякий человек да будет скор на слышание, медлен на слова, медлен на гнев.

Иак. 1, 19

Всем известно выражение: «Худой мир лучше доброй ссоры». Правда, некоторые, напротив, считают, что хорошая ссора, выяснение отношений, когда оппоненты говорят друг о друге все, что думают, дают волю эмоциям, может помочь взаимопониманию, расставить все точки над *i*. И что такой способ решения конфликтов гораздо лучше шаткого замирения, когда конфликтующие при внешнем примирении держат камень за пазухой. Мне не близка ни та, ни другая точка зрения. Как говорил персонаж М. А. Булгакова Шариков: не согласен с обоими. Ни тот, ни другой вариант не конструктивен и не является решением проблемы. В социологии, психологии существует специальная дисциплина, которая занимается изучением конфликтов, конфликтных ситуаций. Называется она конфликтологией. Так вот, конфликтология изучает, само собой, конфликты, их происхождение, виды и способы урегулирования. При всем многообразии методов разрешения конфликтов существует два основных способа: конструктивный и неконструктивный. Конструктивный, или продуктивный, метод не только не способен урегулировать конфликтную ситуацию, но и позитивно влияет на участников конфликта, они сплываются, совместно преодолевая противоречия, приобретают опыт общения и решения проблем. Естественно, при конструктивном способе стороны успешно договариваются.

Неконструктивный способ поведения в конфликтной ситуации приводит либо к ссоре, либо к неразрешенной ситуации, то есть к тому самому худому миру. Противоречия не разрешены, но стороны временно примиряются и находятся как бы в состоянии холодной войны. Подобный конфликт часто сопровождается запрещенными силовыми приемами: взаимными оскорблениями, давлением, шантажом и т. д. При таком способе ведения диалога оппоненты иногда вообще забывают, в чем, собственно, состоял первоначальный предмет спора.

Отсутствие видимых противоречий и столкновений в какой-либо группе людей иногда вовсе не свидетельствует о том, что здесь царят любовь и гармония. Известно, например, что в американских коммунах (поселениях хиппи) было очень мало конфликтов, которые неизбежны в сообществе людей, тесно проживающих на ограниченной территории. Почти полное отсутствие ссор и конфликтов в хипповских колониях объясняется очень легким отношением хиппи к жизни и друг к другу. Они проповедовали любовь и свободу, но на самом деле судьба братьев была им глубоко безразлична. Философия хиппи такова: пока ты с нами, нам хорошо, весело, мы делимся с тобой едой, наркотиками, но ты волен уйти, нас покинуть и про тебя никто особо не вспомнит. Если человек из колонии внезапно исчезал, его никто не разыскивал, оставшиеся не очень-то переживали, что с ним случилось: попал в тюрьму, убит или умер от передозировки наркотиков. В шестидесятые годы минувшего столетия девушка из поселения хиппи сошла с ума после неудачного приема ЛСД, ее увезли в психиатрическую лечебницу, и никто не попытался ее оттуда выволить или хотя бы навестить. Практически никем не управляемое бесконфликтное общество держалось на безразличном отношении друг к другу и равнодушии к ближнему.

Нередко в парах, где мужчина и женщина соединились для сожительства вне брака, тоже наблюдается внешне весьма мирное сосуществование, но стоит такой паре заключить законный брак, начинаются конфликты. Почему? Люди, соединенные безответственностью и взаимным наслаждением, не строят настоящих отношений, их не соединяют подлинные чувства. Пока нам хорошо вдвоем — мы живем вместе, надоело — разбежались. Люди, по большому счету,

равнодушно относятся друг к другу. Ближний для них не очень-то дорог, они не особо болеют за него и поэтому легко примиряются с его недостатками. Они как бы говорят: мы собрались не для того, чтобы вместе делать общее дело, работать над собой, а чтобы вместе отдыхать; так не будем в этом друг другу мешать. В этой ситуации, когда люди объединены грехом блуда, и бесы не особо искушают их: зачем разрушать союз, созданный во имя греха и беззакония?

То, что между супругами возникают столкновения, разномыслия, вовсе не означает, будто они не любят друг друга. Они, может быть, наоборот, хотят улучшить свои отношения, болеют за близкого человека, но, к сожалению, часто не знают, как правильно действовать в ситуации разногласия.

Конечно, мы все должны стараться свести конфликты к минимуму, заниматься их профилактикой и предупреждением. Но если конфликтная ситуация все-таки возникла, необходимо уметь разрешить ее конструктивно и продуктивно для обеих сторон.

Самые общие, но и самые главные правила поведения в конфликтной ситуации изложены в эпиграфе, приведенном в начале этой главы. В конфликте, споре самый плохой советчик – это гнев. Гнев, раздражение помрачают разум и парализуют волю человека, он просто не способен в таком состоянии принять правильные решения. *Вспылчивый может сделать глупость* (Притч. 14, 17), – говорит премудрый Соломон. На эту тему существует много пословиц: «От одного слова, да на век ссора»; «Придержи язык в беседе, а сердце в гневе»; «Пустой спор до ссоры скор» и т. д. Апостол Иаков дает такое указание: *всякий человек да будет... медлен на слова, медлен на гнев* (Иак. 1, 19), чтобы не сказать чего-нибудь лишнего, что может только усугубить конфликт и обидеть ближнего. Неосторожное, необдуманное слово может очень навредить при серьезном разговоре. Поэтому нужно учиться выслушивать, слушать оппонента (будь *скор на слышание*), чтобы понять, что он хочет нам сказать и чего он хочет от нас, и только тогда отвечать ему, думая над своими словами, и не только над смыслом, но и над формой нашего ответа. Ведь известно, что не так важно, **что** сказать, а важно, **как** сказать. Одну и ту же мысль можно выразить так, что человек обидится всерьез и надолго, а можно так, что прислушается к нашим словам.

Итак, перейдем непосредственно к способам решения конфликтов.



Глава 4

Разрешение конфликтов: стратегия и тактика

Воспитание мужчины или женщины проверяется тем, как они ведут себя во время ссоры.

Бернард Шоу

В семидесятые годы прошлого века специалисты по конфликтологии выделили пять стилей поведения в конфликтной ситуации. Это – уклонение, приспособление, конфронтация, компромисс, сотрудничество.

Рассмотрим каждый из этих стилей.

Уклонение. Само название этого стиля говорит о том, что участник столкновения стремится уйти от конфликта, уклониться от него. При этом у уклоняющегося отсутствует желание прилагать активные усилия для отстаивания своей позиции или сотрудничать с противоположной стороной, работая над поиском решения, удовлетворяющего все стороны конфликта.

Уклонение избирают обычно в нескольких случаях:

1. Когда предмет конфликта не представляется важным и существенным для уклоняющейся стороны. Человек считает, что незачем конфликтовать из-за таких пустяков.
2. Когда есть вариант достичь своих целей неконфликтным путем.
3. Когда конфликт случается между равными по силе и положению людьми, которые хотят избежать осложнений в своих отношениях.
4. Когда уклоняющийся от конфликта знает свою неправоту или видит, что его визави обладает большей силой, более высоким положением или находится в неуравновешенном состоянии. Уклонение иногда необходимо для того, чтобы отсрочить острое столкновение и получить время для принятия взвешенного решения.

Уклонение не всегда приемлемо как способ поведения в конфликтной ситуации; иногда проблема, вызвавшая конфликт, требует действительно серьезного обсуждения и поиска совместного решения. Но очень часто уклонение помогает избежать надвигающейся ссоры, особенно если ее предмет незначителен, а один из оппонентов находится в состоянии гнева и раздражения.

Такой случай описан в «Отечнике» святителя Игнатия (Брянчанинова). «Были два монаха, родные братья по плоти и братья по духу. Против них кознодействовал лукавый диавол с целью разлучить их. Однажды к вечеру, по их обычаю, младший брат засветил лампаду и поставил ее на подсвечнике. По злонамеренному действию демона подсвечник упал и лампада погасла. Лукавый диавол устраивал повод к ссоре между ними. Старший брат вскочил и в ярости начал бить младшего. Тот упал ему в ноги и уговаривал родного брата: "Успокойся, владыко мой, я снова засвечу лампаду". По той причине, что он не ответил гневными словами, лукавый дух, будучи посрамлен, тотчас отступил от него»².

Еще один стиль конфликтного поведения – **приспособление** – имеет много общего с уклонением, но отличается от него тем, что стороны не избегают совместных действий для решения конфликта. При этом стиле интересы конфликтующих сторон более учитываются. Стороны стремятся смягчить, сгладить конфликт путем взаимного доверия, уступчивости, примирения. Они проявляют сговорчивость и готовы уступать друг другу, учитывая интересы каждой из сторон.

Приспособление как способ поведения в конфликтной ситуации приемлемо в нескольких случаях:

² Игнатий (Брянчанинов), еп. Отечник. – СПб., 1903. С. 454.

1. Когда конфликт достиг точки кипения, накала страстей и для сохранения мира требуются взаимные уступки, шаги навстречу друг другу.

В качестве примера приведем такой случай. «Два брата, желая жить вместе, поселились в одной келлии. Один из них так рассуждал сам с собой: "Буду делать только то, что угодно моему брату". Ровно и другой говорил: "Буду исполнять волю моего брата". Они жили много лет в любви. Враг, увидев это, захотел разлучить их. Он пришел, встал у дверей, и одному представился голубицей, а другому – вороной. Один из братьев сказал: "Видишь ли, этого голубя?" – "Это ворона", – ответил другой. И начали они спорить между собой. Один говорит то, другой – другое. Наконец они подрались, к полной радости врага, и разошлись. Спустя три дня они пришли в себя, попросили друг у друга прощения, сказали один другому, чем каждому из них представилась виденная птица, и узнали в этом искушение врага. После этого они жили уже неразлучно до самой смерти»³.

2. Приспособление может быть применено там, где участник конфликта считает возникшую проблему не очень важной, существенной для себя и поэтому готов принять во внимание интересы другой стороны, уступить ей.

В конфликтологии приспособление считается наиболее приемлемым способом решения конфликтов. При нем конфликтующие не уклоняются от решения, но стремятся к примирению, совместно работают над проблемой, ценя добрые взаимоотношения и дружеское расположение. Они идут на уступки, но при этом помнят о своих интересах.

Конфронтация как способ поведения при конфликте характерна тем, что применяющий такой стиль стремится навязать другим сторонам свою точку зрения, действуя жестко и самостоятельно, без учета интересов других сторон. При этом применяются силовое давление, служебное положение, шантаж, запугивание, принуждение и т. д., чтобы взять верх над оппонентом, одержать победу.

Конфронтацию применяют тогда, когда конфликтующая сторона абсолютно уверена, что ее позиция в решении проблемы единственно правильная. По своему более высокому положению она действует с позиции силы и хочет принудить другую сторону к принятию нужного для нее решения.

При конфронтации не всегда могут применяться сила и власть. Но это всегда очень твердое и бескомпромиссное отстаивание своей позиции, своих интересов.

Конфронтация, конечно, – самый нежелательный стиль поведения в конфликтных ситуациях. В качестве иллюстрации можно привести пример какого-нибудь супружеского конфликта, где муж хочет решить проблему, используя свою власть главы семьи.

Живет молодая семья: муж и жена, у них есть дети. Можно даже дать супругам какие-нибудь имена. Например, Владимир и Ирина. Я знал несколько семейных пар, где супругов звали Володя и Ира. Но пусть они не обижаются на меня, наши герои вымышленные, все совпадения являются чистой случайностью. Моя книга посвящена тому, как стяжать мир в семье, и потому имена Владимир и Ирина самые подходящие, ибо Ирина с греческого языка переводится как «мир», а Владимир – имя славянское и означает оно: «владеющий миром».

Супруги обсуждают, к чьим родителям поехать после праздничной службы отмечать Рождество. Владимир предлагает поехать к его родителям, так как они живут на другом конце города, молодые редко бывают у них и вообще его мама очень вкусно готовит. Ира, напротив, хочет навестить своих родителей, они, дескать, живут близко, а маленькие дети и так устанут после службы; к тому же у Ирины, честно говоря, не очень сложились отношения с мамой мужа и ей, конечно, приятнее провести время со своими родителями. Слово за слово, ситуация накаляется, никто не хочет уступить. Наконец Владимир применяет тяжелую артиллерию. «Ира! – грозным голосом говорит он. – Кто у нас глава семьи? Кто имеет решающее слово?

³ Достопамятные сказания о подвижничестве святых и блаженных отцов. – М., 1845. С. 181.

Как я сказал, так и будет. И вообще, забыла, что читалось на венчании: "А жена да боится своего мужа"!» Ирине приходится скрепя сердце смириться, но праздничный обед для нее уже испорчен. А ведь эту в принципе несложную ситуацию можно было разрешить другим, мирным путем.

Уже было сказано, что при конфронтации вовсе не всегда употребляется грубая сила, иногда конфронтация может выражаться в твердом и упорном отстаивании своей позиции. Сторона, заявляющая такую позицию, применяет убедительные аргументы и непоколебимость в своем решении, потому что обсуждаемая проблема очень для нее важна. Например, нередка ситуация, когда один из супругов (например, жена), верующий, воцерковленный человек, хочет водить детей в церковь, воспитывать их в православии. А муж к вопросам веры равнодушен, враждебно относится к благочестию супруги: запрещает ей ходить в храм, молиться и причащать детей. Здесь послушание мужу не может быть выше послушания Богу, и жена должна твердо стоять на своей позиции (не теряя, конечно, уважения к мужу), не поступаться христианскими принципами. Любовь к Богу выше любви родственной: *Кто любит отца или мать более, нежели Меня, не достоин Меня* (Мф. 10, 37). Или такой пример. Жена хочет сделать аборт. Муж категорически против. Здесь компромисс невозможен. Если жена не слушает мужа и все-таки пойдет на дето-убийство против его воли, он даже имеет право на развод с ней (см. «Основы социальной концепции Русской Православной Церкви», принятой на Архиерейском Соборе 2000 года).

Конфронтация не лучший способ решения конфликтов, применять этот стиль можно лишь в очень редких случаях.

Компромисс. При этом стиле поведения участники конфликта готовы урегулировать свои разногласия путем взаимных уступок, они ищут срединное решение, которое будет удовлетворять все стороны. Компромисс – один из наиболее предпочтительных способов решения конфликтов, так как ведет к преодолению недоброжелательности и позволяет в какой-то мере удовлетворить всех участников конфликта.

То, что стороны конфликта прибегают для решения проблемы к компромиссу, говорит о высокой культуре их поведения и здравомыслии. Однако, прежде чем применить этот стиль, необходимо очень хорошо все взвесить, не торопиться с принятием решений и проверить, годится ли в данной ситуации компромисс или следует прибегнуть к уклонению, приспособлению или сотрудничеству.

Компромисс не всегда может быть решением проблемы, не всегда способен устранить противоречия и удовлетворить все интересы сторон. Иногда компромисс может быть применен, даже когда конфликтующие имеют взаимоисключающие интересы, но сознают необходимость найти временное решение и смирятся с данным положением вещей, пока не представится возможность найти лучшее решение. Также компромисс очень желателен как промежуточный вариант, если конфликт грозит перерасти в ссору и чреват разрывом отношений и большими потерями.

Рассматривая конфронтацию как способ поведения в конфликтной ситуации, мы делали это на примере одной семьи. Вновь обратимся к этим супругам, чтобы понять, как можно разрешить ту же ситуацию, но уже с помощью компромисса.

Итак, каждый из супругов хочет праздновать Рождество у своих родителей, происходит столкновение интересов. Муж Владимир хочет, чтобы интересы супруги были удовлетворены, но и своих родителей он хочет навестить. Здесь возможен такой вариант. Владимир говорит жене: «Ириша, я очень уважаю твоих родителей, мне всегда приятно бывать у них, но мы давно не навещали моих родственников, ведь живут они не близко, а у твоих были недавно. Давай все-таки проведем праздник у моих родителей, но обещаю тебе, что мы обязательно навестим твоих папу и маму через пару дней, на святках, ведь Рождество празднуется не один день». Видя искреннее расположение мужа и желание уладить разногласия мирным путем, Ирина

соглашается. Она проявляет послушание мужу, а муж, учитывая интересы жены, обещает посетить и ее родителей, хотя, может быть, не очень этого хочет.

Сотрудничество характерно тем, что участники конфликта хотят максимально реализовать свои интересы, но, в отличие от конфронтации, совместно ищут решение, удовлетворяющее все стороны. Они действуют совместно, сотрудничают для достижения общей цели.

Этот стиль приемлем, когда проблема важна для всех сторон и никто не намерен уклоняться от ее разрешения.

При этом стороны считаются с интересами и потребностями друг друга. Стиль этот не прост, ибо обсуждение проблемы требует мудрости, терпения, дружелюбия и умения принимать совместные решения. Ведь нужно максимально учесть все пожелания участников конфликта и прийти к согласию.

Для примера вновь обратимся к нашим супругам. Старший сын Иры и Володи стал учеником. Они отдали его в православную гимназию, которая находится не очень близко от дома. Нужно несколько остановок ехать на трамвае. Но у них есть еще двое детей, их воспитание также требует много времени и сил. И вот Ирина просит Владимира забирать ребенка после работы из гимназии (он остается на продленку). Владимир много трудится, устает и еще берет работу на дом (он пишет статьи для научно-популярного журнала). Ему не хочется задерживаться после работы, потому что у него останется меньше времени на отдых, да еще надо поправить статьи. Здесь возможны два варианта. Или Владимир применит метод конфронтации и категорически откажется помогать жене, что ей вряд ли понравится, или они будут искать способ разрешить эту проблему совместно. Например, Владимир говорит жене: «Ира, ты же знаешь, как я устаю после работы, а мне еще нужно исправить ошибки в текстах. Но я понимаю, что ты совсем вымоталась с детьми, давай постараемся найти какое-нибудь решение». Ирина отвечает супругу: «Если бы ты оставил мне свои статьи, я бы могла помочь тебе, в течение дня просмотреть их, исправить стилистические ошибки, тогда у тебя будет время забрать мальчика из гимназии и побыть с нами. Я очень ценю то, что ты для нас делаешь, и знаю, что тебе надо отдыхать после работы». Это решение устраивает обоих супругов, и конфликт исчерпан.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.